

Согласовано:
Заведующий



Утверждено:
Директор ООО "Бизнес Консалтинг"
/Кортоножко Е.Ю.
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
ОГРН 1155012000000
РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Санкт-Петербург

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

10-ти дневное меню для воспитанников детских дошкольных учреждений возрастной группы 3-7 лет (12 часов)

"09" октября 2025 г.

Пищевые вещества/г			Энергет. ценность	Наименование блюд	вес блюда	Витамины (мг)
Б	Ж	У	ккал			с
3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	3-7 лет	2	3-7 лет	3-7 лет

Вариант 9

5,55	9,74	38,35	264,54	каша жидкая молочная из манной крупы с маслом и сахаром	200	0,53
0,08	7,2	0,1	66	масло сливочное порция	10	0,04
2,78	3,54	0	47,32	сыр порцией	12	0,07
1,8	0,3	7,35	46,61	хлеб пшеничный	30	0
0,20	0,10	13,90	55,80	чай с лимоном	180	1,12
10,41	20,88	59,70	480,27	Итого	432	1,76

2-ой Завтрак

0,50	0,00	10,10	42,40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100	40,00
1,70	3,60	14,50	97,70	печенье сахарное	22	
2,2	3,6	24,6	140,1	Итого	122	40

Обед

4,38	4,21	13,22	118,60	суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5,12
8,97	10,36	78,63	165,90	тефтели мясные с соусом	70	0,60
2,52	1,94	15,59	89,55	ccoli цветная капуста тешеная из свежей	150	1,71
0,07	0,04	20,73	100,44	кисель из повидла с витамином С	180	1,62
3,83	0,50	20,50	99,00	хлеб ржаной	50	0,00
3,00	1,25	12,25	77,35	хлеб пшеничный	50	0,00
22,77	18,30	160,92	650,84	Итого	700	9,05

Полдник уплотненный

9,22	5,48	29,18	202,00	ватрушка с творогом	75	0,04
3,70	3,19	15,82	102,06	какао с молоком	180	0,72
12,92	8,67	45,00	304,06	Итого	255	0,76
48,30	51,45	290,22	1 575,27	Всего на день	1 257,00	50,93
35,7-37,48	39,97-41,96	172,55-181,17	1190-1249,5	Соль йодированная	3,0	
				Нормы по СанПин 85%+-5%		

Ответственный по питанию

Повар

(расшифровка подписи)

Медицинский работник

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)